

# Micro- et Macro- pratiques en psychothérapies corporelles

Michel Heller

Psychologue et psychothérapeute

Dr. Phil., FSP, AVP, EABP

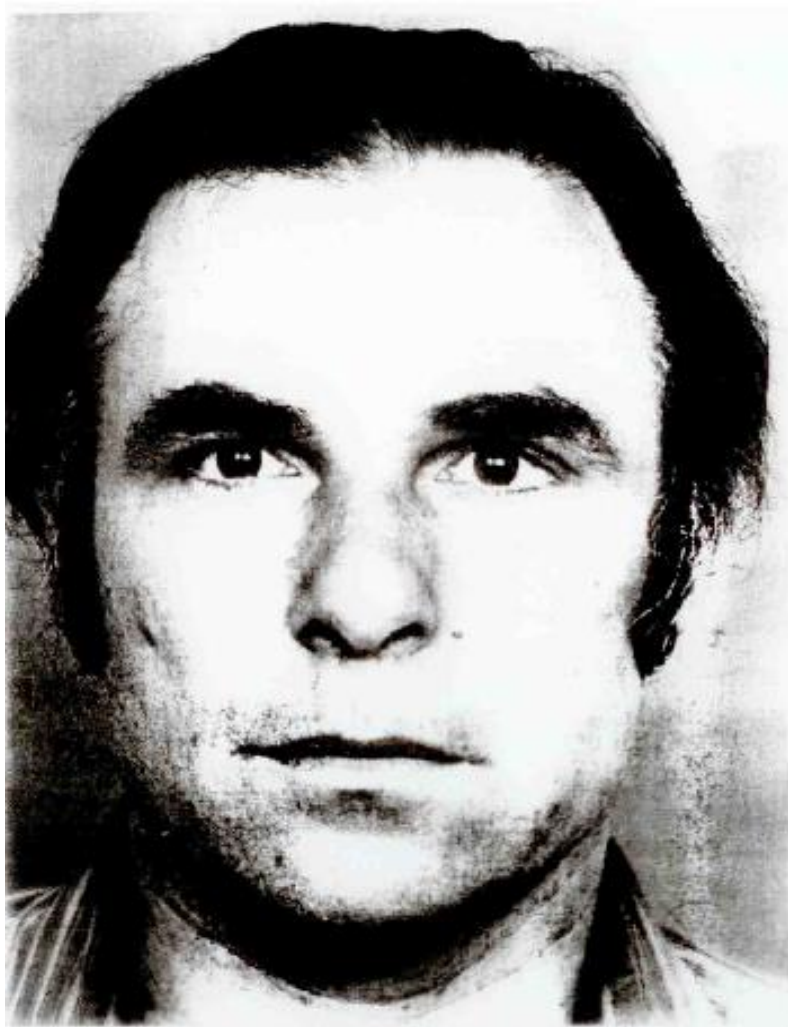
[WWW.aqualide.ch](http://WWW.aqualide.ch)

- La coordination micro- et macro- pratiques en psychothérapie corporelle, a surtout été développée par **George Downing**, professeur en psychologie clinique, formé en Analyse Bioénergétique, et explorant diverses façons d'utiliser la vidéoanalyse en psychothérapie et en recherche clinique.
- Références : [WWW.george-downing.com](http://WWW.george-downing.com)

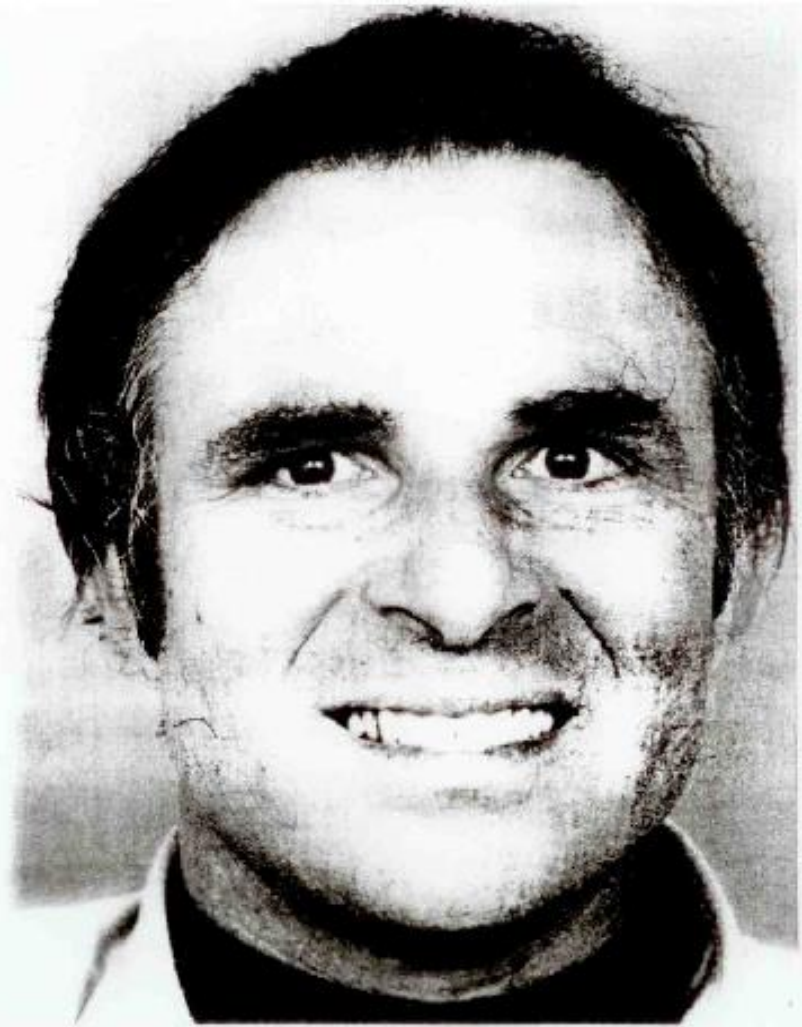
# Facial Action Coding System (FACS)

- Le FACS a été développé par **Ekman & Friesen**.
- Il s'agit d'un système de codage de l'activité faciale et des expressions émotionnelles.
- Dans l'exemple suivant, je montrerais un sourire (12) qui masque un affect négatif (10).

# Paul Ekman montrant un $10 + 12 + 25$



0



10Y + 12Y + 25

# But de la démarche

- 1. Le patient a du mal à devenir conscient de ses pulsions négatives
- 2. Il s'agit de l'aider à *comprendre* cette négativité avec une stratégie qui l'aide à se construire.
- 3. Ceci implique pouvoir intégrer quelque chose de suffisamment explicite pour pouvoir être appréhendé, de façon à que cela *s'intègre* dans les mécanismes globaux de l'organisme.

# Processus

- I. En analysant la mimique, le patient prend soudain conscience de sa négativité, mais il est choqué par ce qu'il découvre.
- II. En laissant ce premier choc s'intégrer dans le fonctionnement du patient, la mimique s'associe avec un mouvement global de l'organisme ambivalent.
- III. Ce mouvement global oscille entre douloureuse angoisse et recherche d'orgasme

# Résultat

- I. Le patient se découvre une peur de trop aimer sa femme. Cette peur s'associe à la peur de perdre son identité, de se dissoudre dans l'autre.
- II. Le patient découvre une façon d'aborder ses pulsions négatives sans avoir honte de ce qu'il ressent, puisqu'il est content de pouvoir enfin communiquer avec le thérapeute sur un sujet qui l'inquiète.